

## Стрела или мишень

Цели помогают тренировать то, что вы действительно хотите. Действия говорят громче слов. Если есть **одна цель**, которую вы ставите перед собой каждый год, и вам так и не удастся ее достичь, или даже приблизиться к ней, вам нужно разделить ее на части или сделать шаг назад и реально оценить свои приоритеты:

- представьте будущее, в котором вы достигли своей **цели став стрелой**...
- постарайтесь представить каждую деталь...
- запишите все детали своей мечты...
- должна присутствовать четкая зависимость **цели** лично от вас....
- **цель** должна быть написана в настоящем времени как уже сбывшийся факт...
- формулируйте **цель** позитивно...
- сформулированная **цели** должна четко отвечать на вопрос «Зачем?»
- подумайте, какие навыки и характеристики у вас уже есть...
- подумайте, какими способами вы сможете развить у себя эти навыки...

Будьте смелы в своих желаниях. Вам по силам гораздо больше, чем кажется. У всех нас есть только 24 часа в сутках. Как вы проведёте это время, зависит от ваших приоритетов.

Психолог Буглак Е.И.

